

//LUTTE//MJC DOLE

ANIMÉ PAR Turpal-Ali EZERBAEV

DESCRIPTIF : La finalité de ce sport de combat de préhension -saisies directe sur le corps de l'adversaire- est de renverser l'adversaire au sol au moyen de combinaisons technico-tactiques et de le maintenir les deux épaules plaquées au tapis. Le lutteur ayant marqué le plus de points remporte le combat.

Les points techniques sont attribués en fonction de la complexité et de l'amplitude des techniques réalisées par chacun des lutteurs.

La lutte est régie par une règle d'or : il est interdit de faire mal. Toutes atteintes à l'intégrité physique de son adversaire (coups, morsures, griffures, torsions, etc...) sont donc formellement prosrites.

La licence et le certificat médical sont obligatoires

NIVEAUX : Loisirs et compétitions

PUBLIC : enfants, adolescents

LIEU : Salle de Lutte, gymnase du COSEC aux Mesnils Pasteur

JOURS ET HORAIRES : 6/9 ans : lundi et jeudi 17h00-18h00
10/15 ans : lundi et jeudi 18h00-19h00

REPRISE : lundi 10 septembre 2018

PRIX : 70 € + adhésion MJC (10€ pour les – de 16 ans, 14€ pour les + de 16 ans)

RAPPEL !

Merci de fournir lors de votre inscription, un certificat médical d'aptitude à la pratique de la discipline choisie, en loisirs ou en compétition. Le défaut de cette obligation engage votre responsabilité et celles des animateurs et animatrices. Merci de votre compréhension.

Mise à jour 15/08/2018

ACTIVITÉS SPORTIVES